

Ileana Păsat

AFFECTIVITATEA

11380.274

editura
IRCO
SCRL
-2008-

BIBL. CENTR. UNIV.
„M. EMINESCU” IAȘI

II 380.274

424 945

ILEANA PĂSAT
AFECTIVITATEA

AFECTIVITATEA

Directorul CIP a Bibliotecii Centrale a Universitatii

PĂSAT ILEANA

Adresa: Bulevardul Ștefan cel Mare nr. 17, Iași

Telefon: 0232 211111

Fax: 0232 211112

E-mail: info@bcu-iasi.ro

AI



402403

0000000000000000

1000000000000000

0000

Referent științific – lect. univ. dr. Constantin Stanciu

Copertă și tehnoredactare: Irina Răducan

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

PĂSAT, ILEANA

Afectivitatea / Ileana Păsat. - Drobeta-Turnu Severin : Irco

Script, 2006

Bibliogr.

ISBN (10) 973-8917-52-2 ; ISBN (13) 978-973-8917-52-1

159.942

641945

Ileana Păsat

AFECTIVITATEA



402483
B.C.U. IASI

Editura IRCO SCRIPT

- 2006 -

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

19. FEB. 2007

Cuvânt înainte

Afectivitatea este o componentă a vieții psihice.

Aceasta joacă un rol deosebit în formarea personalității copilului.

Copilul care este înconjurat de dragoste va ști la rândul său să iubească.

În cartea intitulată *“Afectivitatea”*, doamna Ileana Păsat, educatoare la Grădinița nr. 19 din Drobeta Turnu Severin a prezentat importanța afectivității în viața psihică. Cartea este bine documentată, este structurată pe mai multe capitole surprinzând clasificarea proceselor și stărilor afective, dimensiunea relațională a afectivității, rolul afectivității în activitate, precum și aspectele legate de agresivitate și toleranță, subiectul cărții fiind unul deosebit de important pentru viața psihică.

lect. univ. dr. Constantin Stanciu

Aspecte teoretice și metodologice generale

Poate că nici una din problemele de conținut ale psihologiei nu a fost și nu continuă să fie atât de controversată și dezbătută ca cea a emoției. Disputele s-au purtat și se poartă în jurul a trei coordonate principale:

- a) locul emoției în viața psihică și rolul ei în activitatea curentă a omului;
- b) natura și conținutul trăirii emoționale;
- c) modul de producere și mecanismul prin care se realizează procesele emoționale.

În raport cu fiecare din aceste coordonate, s-au constituit și s-au înfruntat puncte de vedere nu numai diferite, dar de-a dreptul opuse, antagonice. Așa, de exemplu, în raport cu locul emoției în viața psihică și rolul ei în activitatea curentă a omului, se delimitează tranșant asemenea opoziții, precum: raționalismul, care absolutiza locul și rolul rațiunii și nega orice importanță și legitimitate ontologică a emoției, care era considerată un atavism regretabil al formelor primare ale psihanalismului animal în psihicul uman (Descartes, Kant), și iraționalismul, care, dimpotrivă, absolutiza componenta instinctual-irațională, implicit, dimensiunea trăirii emoționale, minimalizând importanța rațiunii (Nietzsche, Schopenhauer, Bergson, McDougall, Freud – așadar, opoziția dintre glasul rațiunii și glasul inimii); nihilismul, care contesta emoției orice valoare instrumental-adaptivă și orice rol pozitiv, optimizator în dinamica activității și comportamentului (Wundt, Lipps, Munn, Woodworth) și trăirismul, care așeza desfășurarea întregii activități, a întregului comportament pe suport emoțional-afectiv (Ribot, Scheff, Lazarus).

Asemenea opoziții au determinat tendințe divergente și în planul educațional: accentul principal fiind pus, fie pe modelarea și dezvoltarea intelectului, a rațiunii, fie pe modelarea și

dezvoltarea simțirii, a sferei emoțional-afective. În timp ce pentru unii, prezența componentei emoționale este un balast, o sursă permanentă de erori, eșecuri și dezadaptări, pentru alții, acesta reprezintă bunul cel mai de preț și cel mai intim al personalității, sursă de energie și activare-rezonare permanentă la situațiile existențiale.

În ceea ce privește natura și conținutul emoției, de asemenea, abordările au oscilat între subiectivismul pur, emoția reducându-se la latura trăirii interne pure (autotrăirea fără un conținut rectoriu specific) și fizicalismul obiectiv, emoția fiind interpretată ca o simplă continuare în plan intern, în forma unor modificări fiziologice, a acțiunii stimulilor afectogeni externi.

În fine, în chestiunea modului și mecanismelor de producere a proceselor afective, disputele au avut tot un caracter polar, soluțiile oscilând între psihologism și fiziologism (primatul componentei psihice asupra celei fiziologice sau invers, primatul verigii fiziologice asupra celei psihice) sau între periferism (predominanța schimbărilor și reacțiilor periferice, vezi teoria James-Lange) și centrism (predominanța imaginii corticale – percepție sau reprezentare, vezi Cannon, Bard, Pribram).

În afara celor trei coordonate principale menționate mai sus, controversile s-au manifestat și în legătură cu alte aspecte mai particulare, precum relația dintre biologic și socio-cultural în determinismul emoției și emoționalității, relația dintre înnăscut și dobândit, dintre primar și secundar în structura internă a sferei afective. Astfel, în psihologia generală a emoției întâlnim tendințe accentuate, preponderent biologice (biologizante) sau preponderent sociologice (sociologizante), respectiv, culturologice (culturalizante), tendințe accentuate de factură ineistă (emoțiile considerate ca entități eminamente înnăscute, determinate genetic) sau de factură genetistă (emoțiile interpretate ca entități care se formează exclusiv în cursul evoluției ontogenetice prin învățare: „Totul se învață, inclusiv frica”

(Thorndicke).

Situația atât de controversată a emoționalității se explică nu numai prin complexitatea ei excepțională (universul afectivității este mai întins și mai complicat structurat decât universul cogniției), ci și prin dificultatea găsirii și conceperii unor modele experimentale suficient de adecvate și de discriminante de investigare și cercetare obiectivă. Această dificultate face ca, în producerea și furnizarea datelor sau faptelor necesare analizei și interpretării teoretice, principalele surse să rămână observația și autoobservația. Diversitatea stărilor subiective în care se concretizează sfera emoționalității creează apoi dificultăți de ordin taxonomic, de delimitare, identificare și clasificare. Și aici, inevitabil, intervine experiența proprie a cercetătorului, capacitatea lui de intuiție și empatie. Oricât s-ar strădui cineva, nu poate să ajungă la o operaționalizare și obiectivitate absolută a demersului explicativ în materie de afectivitate.

Ca urmare, cunoașterea noastră actuală a acestui domeniu trebuie considerată relativă și orice cercetător al sferei afectivității trebuie să tindă spre aprecieri critice și emitere de ipoteze și idei noi.

Spre o definiție a afectivității

Afectivitatea este o componentă esențială și indispensabilă a sistemului psihic uman, la fel de necesară și logic determinată ca și oricare altă componentă – cognitivă, motivațională, volitivă etc. În această calitate, ea trebuie să posede atributele generale ale psihicului – de a fi o modalitate specifică de relaționare cu lumea și cu propriul Eu, de a avea o valoare informațional – reflectorie, respectiv, de a semnaliza și semnifica ceva, de a îndeplini un rol reglator specific, mai mult sau mai puțin evident.

De aici, se poate desprinde următoarea definiție generală a afectivității.

Afectivitatea este acea componentă a vieții psihice care reflectă, în forma unei trăiri subiective de un anumit semn, de o anumită intensitate și de o anumită durată, raportul dintre dinamica evenimentelor motivaționale sau a stărilor proprii de necesitate și dinamica evenimentelor din plan obiectiv extern.

Raportul respectiv poate fi nesemnificativ sau neutru (situația de statu-quo sau de zero emoțional, prin analogie cu zeroul fiziologic în cazul sensibilității termice) și semnificativ, generând activare și trăire emoțională: pozitivă, în cazul când este „consonant”, și negativă, în cazul când el este „disonant”.

Chiar atunci când emoția este autoprovocată de subiect prin amintire și reprezentare anticipată, trăirea rezultă tot din raportarea evenimentelor din câmpul intern al personalității la evenimentele din planul extern. Definiția propusă depășește unilateralitatea definițiilor clasice, care absolutizau planul intern (subiectiv) sau pe cel obiectiv (extern) al organizării și manifestării psihocomportamentale, ea înscriindu-se în spiritul exigenței metodologice a principiului interacționismului, care stă la baza

psihologiei științifice contemporane.

În organizarea sistemului psihic, afectivitatea ocupă o poziție de interfață între cogniție și motivație, cu care, de altfel, se împletește cel mai strâns. Cogniția mediază și oferă semnalele de activare și declanșare a emoției, dar ea nu este o cauză a acesteia, ci doar o condiție necesară. Cauza rezidă în natura raportului dintre cele două planuri de referință ale personalității umane – intern și extern. Semnul și intensitatea trăirilor se modifică în funcție de percepția situației sau de reprezentarea ei mentală anticipată.

Dacă într-un anumit context obiectiv, un băț va fi conștientizat în percepție ca șarpe, el va provoca o emoție de frică sau de spaimă; dacă, însă, într-un astfel de context, un șarpe va fi perceput ca un băț, cogniția în sine va produce nici o emoție. Astfel, prin interpretarea personalizată, din perspectiva Eului, a conținutului cogniției ia naștere fenomenul de dislocare emoțională.

Dar nu întotdeauna percepția, reprezentarea sau judecata – ca procese cognitive – preced și condiționează producerea emoției. Experimentele asupra percepției rapide au stabilit că pragul activării și răspunsului emoțional este mai scăzut decât cel al răspunsului perceptiv (identificarea obiectului). Rezultă, așadar, că în situații de deficit informațional reflectarea afectivă devansează, precede cogniția. Pe de altă parte, cogniția se poate desfășura pe fondul unei stări emoționale active (teamă, frică, depresie sau bucurie, veselie, euforie), fiind influențată de aceasta, atât sub aspectul dinamicii, cât și sub cel al conținutului.

După M. Arnold (1960), emoția este tendința trăită a apropierii sau îndepărtării de obiect, precedată de experimentarea unei situații de un anumit fel, care poate fi favorabilă sau nefavorabilă (dăunătoare) pentru subiect. Ar fi absurd, de pildă, să admitem fără o altă explicație, că o persoană este subiectul unei emoții, să spunem, de frică, fără ca ea să

aibă tendința de a evita o situație codificată ca nefavorabilă în experiență. Și cum experiența are un caracter strict individual, este obiectiv posibil ca legătura emoțională a unor persoane diferite cu una și aceeași situație să dobândească semnificații nu numai deosebite, dar chiar opuse. La vederea unui șarpe unele persoane manifestă o trăire emoțională pozitivă, însoțită de tendința de apropiere, altele, dimpotrivă, încearcă o emoție de aversiune, de spaimă, acompaniată de tendința de a fugi cât mai repede și cât mai departe. Apoi, fobiile, care au o distribuție selectivă între indivizi, întăresc și mai mult justetea relației de mai sus.

Finalmente, între emoție și cogniție relația este bilaterală, de condiționare reciprocă, dar referentul trăirii emoționale este oferit întotdeauna de experiența cognitivă în raport cu situațiile și obiectele din jur. Cogniția bine determinată, care înseamnă o corectă identificare și evaluare a obiectului, favorizează producerea unei emoții specifice – cu tendința trăită de apropiere (în cazul semnificației favorabile) sau de îndepărtare (în cazul semnificației nefavorabile); cogniția confuză, care se însoțește de incertitudine în ceea ce privește identitatea și semnificația obiectului, favorizează producerea unei emoții nespecifice, fără țintă obiectuală precisă (neliniște, agitație, tensiune difuză).

Legătura afectivității cu motivația a fost în mod explicit formulată pentru prima dată de către Mc. Dougall (1942). În concepția lui, orice instinct este resimțit ca o emoție. Afirmatia este doar parțial adevărată, pentru că există unele trebuințe organice, ca, de pildă, foamea și setea, care nu se resimt ca emoții, ci ca stări de disconfort fiziologic general.

Pe de altă parte, ideea legăturii dintre emoție și motiv nu trebuie redusă doar la cea de semnalizare – o emoție semnalizează o stare de motivație. Ea implică și recunoașterea posibilității ca emoția specifică, având un referent obiectual, să devină motiv declanșator al acțiunii. Astfel, emoțiile de frică, teamă, supărare,

furie, gelozie, iubire, bucurie etc. pot dobândi și funcția de motive, împingând subiectul să acționeze în concordanță cu semnul și intensitatea trăirii. (Tradițional, termenul de emoție desemnează pasivitatea noastră, cel de motiv – activismul). Fiind o entitate dinamico-energetică, emoția trece din ipostaza de „stare” în cea de „impuls”. Ca stare, ea influențează activitatea curentă (mentală sau externă); ca „impuls”, ea declanșează o acțiune nouă, potrivit semnelor și intensității sale. Astfel, cele două expresii: „este furios” și „a acționat în stare de furie sau sub impulsul furiei” semnifică realități psihologice diferite. În primul caz, furia ni se înfățișează ca stare și ea va influența asupra desfășurării comportamentului general al subiectului; în cel de-al doilea caz, furia ne apare ca motiv, ea declanșând o acțiune concretă, specifică a subiectului în raport cu situația-stimul dată.

Prin această convertibilitate motivațională, afectivitatea devine intim legată și implicată în acțiune, în comportament. Ceea ce trebuie subliniat, însă, este faptul că legătura afectivității cu activitatea are un caracter complex și heteronom, conținutul și efectul ei variind semnificativ în raport de forma și complexitatea entității emoționale (emoții simple-emoții complexe, sentimente) și de caracteristicile specifice ale trăirilor subiective individuale.

Caracteristicile emoțiilor

Emoțiile pun în evidență anumite trăsături de ordin cantitativ și calitativ, care fac posibilă analiza, compararea și clasificarea lor. Dintre acestea, esențiale sunt următoarele: referențialitatea, polaritatea, intensitatea, durata, conversiunea sau transformabilitatea inversă și ambivalența.

Referențialitatea constă în aceea că, în orice emoție, se conștientizează o legătură trăită cu lumea externă (mulțimea situațiilor și a obiectelor perceptibile cu semnificațiile lor) și cu noi înșine – autotrăirea. Emoția exprimă astfel selectivitatea stărilor și pozițiilor interne ale persoanei în raport cu situații obiective și evenimente experiențiale proprii. Când legătura este bine determinată (situația sau obiectul clar identificate), avem de-a face cu emoții specifice; când este slab determinată (situația sau obiectul neidentificate clar), avem de-a face cu emoții nespecifice.

Polaritatea definește semnul – pozitiv (+) sau negativ (-) – al legăturii emoției cu obiectul și, implicit, al trăirii interne a semnificației obiectului pentru subiect. Ea caracterizează numai emoțiile specifice, adică pe cele cu referent bine determinat. Grație acestei trăsături, afectivitatea devine „instrumentul” psihologic de discriminare și delimitare a situațiilor și obiectelor externe în agreabile și dezagreabile, plăcute sau neplăcute, consonante sau disonante cu stările proprii de motivație. Prin corelarea celor doi poli se obține continuumul emoțional, pe care se înșiră treptele trăirii specifice. Situațiile și obiectele care nu au o semnificație actuală sunt subiectiv incluse în sfera indiferenței afective. Semnul pozitiv sau negativ este un indicator de ordin calitativ, el fiind legat de o operație complexă de valorizare, care determină specificul modului de integrare în lume

a individului. Mediul socio-cultural, care creează și structurează sisteme de valori și etaloane de raportare la acestea, se impune ca factorul cel mai important al modelării dimensiunii polare a afectivității umane.

Intensitatea exprimă încărcătura tensional-energetică a emoției, îndeosebi a trăirii subiective interne. Ea este determinată de intensitatea stimulului afectogen, adică de „amplitudinea” semnificației care i se conferă de subiect în percepție, reprezentare sau judecată. Intensitatea trăirii este nemijlocit susținută de amploarea și natura modificărilor fiziologice, a cantității și tipului de neurotransmițători care se eliberează la diferite instanțe ale SNC în cursul acțiunii stimulului. Valoric, această dimensiune se întinde între pragul inferior (emoția abia conștientizabilă) și pragul superior (paroxism emoțional). La nivelul de intensitate paroxistă se situează afectele, formele cele mai bulversante și cu influența perturbatoare cea mai puternică ale emoționalității. De aici, rezultă că intensitatea este una din însușirile principale de care depinde rolul emoției în structura și dinamica activității și comportamentului.

Valoarea intensității este condiționată și de structura de personalitate, de experiența de viață și afectivă anterioară. Aceasta face ca, în fața uneia și aceleiași situații, diferiți subiecți să răspundă emoțional cu trăiri de intensități diferite. Din acest punct de vedere, este instructiv de observat comportamentul emoțional al mulțimilor în situații critice; puternic afectogene: cataclisme naturale, conflicte sociale etc. Ele pot declanșa un întins registru de reacții și manifestări – de la resemnare și împietrire, până la disperare și furie paroxistă. În contextul mulțimii, are loc fenomenul de amplificare prin contagiune (feedback pozitiv) a intensității stărilor emoționale (descătușare instinctuală).

Durata exprimă corespondența în timp între acțiunea stimulului și prezența trăirii emoționale. Ca și alte tipuri de reacții,

reacțiile emoționale apar consecutiv unui semnal declanșator, cu o anumită perioadă de latență: mai mică, la subiecții puternic emotivi, sau mai mare, la subiecții slab emotivi; se mențin cât acționează stimulul și încetează când acesta dispare. Însă, după cum declanșarea stimulului nu coincide în mod absolut cu apariția emoției, tot astfel și întreruperea acțiunii stimulului nu coincide întocmai cu încetarea reacției emoționale. Și după încetarea stimulului continuă încă un anumit timp trăirea emoțională declanșată: inerție emoțională. Unele stări emoționale în raport cu anumite situații, evenimente interpersonale, experiențe proprii etc. se pot perpetua pe durate destul de mari, grație unui mecanism psihofiziologic special de autoîntreținere: reamintirea spontană și periodică a situației sau evenimentului cauzativ duce la o reactivare și la întărirea trăirii emoționale provocate inițial. Astfel, de exemplu, supărarea pe care ne-a pricinuit-o cineva poate să se stingă în câteva minute, dar ea poate dura și o viață întreagă, devenind sursă de ură, de resentimente, de tendințe de răzbunare.

Durata depinde și de forma structurală a emoțiilor: relațiile emoționale situaționale simple sunt, de regulă, de durată scurtă, emoțiile secundare și cele complexe (sentimentele, pasiunile) sunt de durată lungă.

Conversiunea reprezintă proprietatea unei emoții de un anumit semn (să spunem, pozitiv) de a se modifica și de a trece în timp într-o emoție de semn opus (în cazul nostru, negativ). Din ea derivă stabilitatea, respectiv, instabilitatea ca determinanți structurală, de fond a organizării interne a afectivității. În dinamica vieții și activității cotidiene, fiecare dintre noi poate fi pus în situația de a-și schimba reacțiile și atitudinile emoționale față de unul și același obiect, de una și aceeași persoană, trecând de la aversiune la atracție, de la ură la iubire, și invers. Dacă această trecere nu depășește o anumită frecvență relativă, și este obiectiv motivată, ea are caracter adaptiv și contribuie la

păstrarea echilibrului intern al personalității (stabilitate afectivă); dacă, însă, frecvența ei devine prea mare, aceasta capătă deja caracter dezadaptiv (instabilitate afectivă).

În condiții normale, conversiunea emoțională se manifestă cu pregnanță la copil, datorită insuficienței dezvoltări și maturizării a mecanismelor integrative interne. La vârsta adultă, conversiunea se înregistrează cel mai frecvent și în forme acute la persoanele labile din punct de vedere psihic general și la cele cu structură cicloidă.

Ambivalența este o caracteristică mai specială a organizării vieții afective și ea constă în coexistența în aceeași structură a doi vectori emoționali opuși (+ și -) care se presupun și se susțin reciproc. Ea devine posibilă datorită caracterului contradictoriu al valențelor obiectului în raport cu subiectul: laturile atractive (pozitive) trezesc emoții de plăcere, de simpatie, de iubire, iar cele aversive trezesc emoții negative de repulsie, de teamă, de frică sau de furie și agresiune.

În viața afectivă a copilului, ambivalența constituie un fel de legitate internă de evoluție și organizare – diferențierea și delimitarea structurilor polare trecând prin ea.

La adult, această caracteristică se întâlnește în structura emoțiilor complexe, a sentimentelor. Asemenea este, de pildă, structura „iubire-gelozie”, „iubire-ură” în relațiile interpersonale (mai ales, în cele de cuplu).

Ambivalența poate deveni și un simptom patologic, determinat de un proces regresiv, de dezinteresare și decapsulare a schemelor integrării polare când nu mai este posibilă delimitarea clară și menținerea sub control a semnelor „+” și „-”, ale trăirilor emoționale, acestea activându-se simultan.

Clasificarea proceselor și stărilor afective

Complexitatea și diversitatea formelor în care se manifestă și sub care se structurează în plan intern sfera vieții afective a omului fac necesară o operație de evaluare și clasificare.

Cum criteriile de la care se poate porni sunt diferite, este firesc ca și schemele de clasificare la care se ajunge să difere.

Psihologia clasică introspecționistă a stabilit o schemă cu trei componente: emoțiile, sentimentele și pasiunile.

(Emoțiile erau considerate stări afective care apar în interiorul nostru brusc, sub forma de trăiri mai mult sau mai puțin violente, dar mai mult sau mai puțin pasagere (trecătoare). Frica, spaima, angoasa răspund acestei definiții. W. James a introdus termenii de „emoții-șoc” și „emoții puternice” pentru a sublinia caracterul de instantaneitate și de intensitate al fenomenului.)

(Sentimentele se aseamănă cu emoțiile prin aceea că sunt stări afective de factură complexă, dar se deosebesc prin aceea că sunt stabile, durabile și mai puțin intense. În spiritul definiției noastre, putem spune că emoția reflectă o legătură durabilă, consolidată, care se menține și în absența contactului senzorial imediat cu acesta.

(Simpatia, iubirea, resentimentul, gelozia, orgoliul, rușinea sunt structuri afective complexe și stabile, care pot fi categorisite ca sentimente interpersonale, formate în raporturile noastre cu ceilalți: sentimente sociale, legate de diferite grupuri din care facem parte, sentimente spirituale (ideale) asociate cu sistemele de valori (sentimente estetice și religioase).

Pasiunea se diferențiază atât de emoție, cât și de sentiment. De la emoție împrumută intensitatea, prin care transformă lumea în direcția impusă de ea, adesea făcându-ne „orbi” în

fața realității. De la sentimente, preia durata, relativ lungă. Pasiunea își află originea într-o puternică motivație intrinsecă, centrată pe un domeniu al cunoașterii și al vieții sociale.

Psihologia comportamentului și psihofiziologia au elaborat un tablou puțin diferit al formelor vieții afective. În contextul dat, emoția este privită ca o structură de comportament declanșată de un ansamblu de cauze directe și indirecte, interne și externe, care persistă un timp mai îndelungat după încetarea stimulului, și, ca urmare, devine o forță motivațională puternică a comportamentului individual. Comportamentul emoțional evoluează în trei faze succesive:

- răspunsul imediat, de durată scurtă, corespunzând, în plan introspectiv, emoției propriu-zise;

- răspunsul secundar, de durată variabilă, cu excepția cazurilor patologice, de intensitate mai mică decât emoția, dar evaluat introspectiv diferit de emoția imediată;

- efectele persistente ale emoțiilor, consecințe ale răspunsului secundar, sunt habititudini emoționale stabile, care corespund sentimentelor.

În această perspectivă, pasiunea nu este decât un efect persistent al emoțiilor, a căror intensitate particulară și ale căror consecințe asupra comportamentului justifică pe plan fenomenologic un studiu separat, dar al căror mecanism de formare, pornind de la emoția inițială, nu este specific.

Pentru o mai completă acoperire a registrului de diversitate și complexitate a formelor afectivității, cea mai potrivită este clasificarea multicriterială. Criteriile pot fi:

- a) gradul de complexitate;
- b) succesiunea genetică;
- c) efectul asupra activității curente.

a. Potrivit criteriului complexității, putem desprinde:

- emoțiile primare – stările organice și afectele,
- emoțiile propriu-zise;

- sentimentele;
- pasiunile;
- dispozițiile integrate globale.

• Dispozițiile organice sunt componente însoțitoare al unor stări fiziologice specifice – de sănătate, de boală, de oboseală, de activare sexuală etc. Ele contribuie la conștientizarea condițiilor mediului intern și la stimularea unor comportamente compensatorii. Unele boli interne induc stări emoționale specifice: cele cardiovasculare induc stări de anxietate și neliniște tensionată; TBC-ul pulmonar este acompaniat de euforie și excitabilitate; afecțiunile gastrointestinale generează stări ipohondrice etc.

Afectele sunt manifestări emoționale cu caracter exploziv, cu apariție bruscă, de scurtă durată, cu desfășurare unipolară, însoțite de expresii și gesturi ample și haotice. Așa cum am arătat, afectele apar pe continuumul emoțional când intensitatea trăirii atinge și depășește pragul superior. Prin analogie cu senzația, putem spune că ele sunt modalități nespecifice, excepționale, de manifestare a unor emoții modale, (polare) specifice. Ele pot apărea atât pe segmentul pozitiv, cât și pe cel negativ al continuumului emoțional. Pentru primul caz, pot fi indicate efectele de euforie, de râs, de bucurie, iar pentru cazul al doilea, afectul de furie, de groază, de panică, de plâns. Ele duc la îngustarea câmpului conștiinței, la slăbirea capacității de discernământ și a autocontrolului. Acest aspect îl avea, probabil, în vedere J.P.Sartre când afirma că emoția este o „cădere abruptă în magic” (1948, p.90) sau o „degradare spontană trăită a conștiinței în fața lumii” (1948, p.77). În același sens, P.Jouet interpreta afectul ca o regresie spre conduite inferioare, însoțită de o diminuare drastică a controlului conștient.

Afectele sunt susținute de o descărcare energetică puternică de natură instinctuală, inconștientă, împingând astfel persoana la acte comportamentale cu consecințe nedorite sau

chiar dramatice. Sub imperiul afectului, asemenea acte pot fi comise chiar de persoane caracterizate obișnuit ca pașnice și prudente. Deși într-o situație „excepțională”, oricine poate fi cuprins de starea de afect, se poate, totuși, spune că cele mai predispuse la aceasta sunt persoanele cu echilibru emoțional instabil, impulsive și cu un slab autocontrol. Dat fiind efectul lor perturbator deosebit, afectele se recomandă a fi prevenite, fie prin intervenție de temperare din afară, fie de subiectul însuși, prin deplasarea atenției și gândirii sale spre alte lucruri decât cel care acționează în momentul dat ca factor de „aprindere” a focului afectului.

Emoțiile propriu-zise se integrează în tabloul activității și vieții cotidiene normale, desfășurându-se în limitele intensității moderate sau cel puțin controlabile. Ele sunt rezultatul unei reflectări relativ adecvate a raportului dintre caracteristicile situației-stimul și stările interne de motivație ale subiectului. Conținutul lor obiectual este bine nuanțat și individualizat, neexistând fenomenul de iradiere nespecifică, pe care-l întâlnim în afecte (când furia se descarcă asupra a tot ce iese în calea furiosului). De asemenea, semnul lor se află în deplină concordanță cu semnificația obiectului și nu apar fenomene de inversare sau de oscilație nejustificată. Deși influențează conștiința, ele nu duc la destructurarea sau la îngustarea câmpului acesteia, „lăsându-se” integrate în schema autoreglajului voluntar.

Emoțiile se subordonează, apoi, unei condiționări și modelări socio-culturale specifice, care duc la un proces de diversificare și cizelare a conținuturilor și nuanțelor trăirilor. Aspectul cel mai important pe care-l determină factorii socio-culturali în structurarea și dinamica emoțiilor este legarea lor de sisteme specifice de valori morale, estetice, religioase, sociale etc. C urmare, întreaga sferă afectiv-emoțională a omului se distanțează calitativ de cea a animalelor. Faptul că emoția – cu polaritatea și intensitatea ei specifice – devine un operator de

selecție și apropiere-integrare a conținuturilor situațiilor sociale și ale sistemului culturii în ansamblul său dovedește nu numai că este importantă în organizarea psihică umană, dar și absolut indispensabilă și că are un rol central în devenirea și integrarea personalității. Astfel, rămâne încă de discutat dacă progresul în evoluția istorică a omului trebuie căutat numai în rațiune sau și deopotrivă în afectivitate.

- Sentimentele sunt forme complexe ale vieții emoționale, de intensitate relativ mai redusă și de durată semnificativ mai lungă decât emoțiile.

Spre deosebire de emoții, care se constituie și se manifestă în raport cu orice obiect sau situație ce posedă o anumită semnificație pentru subiect, sentimentele se structurează și reflectă doar semnificația situațiilor sociale și, în primul rând, conținutul relațiilor interpersonale și sistemul de simboluri și valori. „Obiectul” sentimentelor de iubire, de prețuire, de stimă, de ură, de dispreț etc. îl constituie o altă (alte) persoană (persoane), o valoare (valori). Ele sunt expresii condensate și interiorizate ale dinamicii vieții sociale, ale semnificațiilor ce se acordă percepției, acțiunilor și comportamentelor celor din jur. În elaborarea sentimentelor, participă în mod direct și funcțiile cognitive superioare – gândirea interpretativă și valorizatoare, care oferă, pe de altă parte, temeiul obiectiv al selecției însușirilor celorlalți semenii, iar pe de altă parte, justificarea opțiunilor (de acceptare-respingere) făcute. În orice sentiment autentic se include o anumită reflexivitate, prin care se realizează modalitățile adecvate, de relaționare cu „obiectul”.

La rândul său, sentimentul intră ca o componentă determinantă în structura atitudinilor și, implicit, orice sentiment ia forma unei atitudini. Reactualizarea sentimentului prin contactul perceptiv cu obiectul sau prin reprezentarea lui ia forma emoției, a trăirii emoționale. După încetarea trăirii active, situaționale, sentimentul trece din nou în stare latentă, susținând din interior

linia generală de conduită față de obiectul dat.

Sentimentele se pot asocia între ele după principiul simultaneității antagonice, imprimând astfel relațiilor interpersonale un caracter complex, contradictoriu.

În plan relațional, interpersonal, un anumit sentiment poate avea un caracter de reciprocitate – persoanele relaționate nutriend una față de alta același tip de sentiment (respect sau dispreț, dragoste sau ură), de contrarietate – persoanele în chestiune nutriend una față de cealaltă sentimente de sens opus, sau de unilateralitate – o persoană nutrește față de cealaltă un sentiment determinat, iar aceasta reacționează cu o stare de indiferență.

C și emoțiile, sentimentele pot deveni din „stări pasive” motive ale acțiunilor și comportamentelor specifice în raport cu situațiile și persoanele care le-au generat (se vorbește de iubire pasivă sau nemărturisită și de iubire ca act, ca mod de comportament în raport cu persoana iubită).

Spre deosebire de emoții, care se produc și se consumă situațional, neputându-se stabili o anumită ierarhizare sau schemă de organizare a raporturilor dintre ele, sentimentele se sistematizează, formând o structură dinamică unitară, în care se instituie atât raporturi de succesiune (alternanță), cât și de subordonare, unul sau două sentimente devenind dominante și condiționând profilul de personalitate și linia generală de conduită. Determinarea „structurii sentimentale” constituie, alături de determinarea structurii motivaționale, modalitatea cea mai eficientă de cunoaștere a profunzimii intime a personalității umane.

- Pasiunile sunt, de asemenea, forme complexe de manifestare a afectivității, care îmbină intensitatea emoției cu durabilitatea sentimentului. În cadrul lor, vectorul motivațional este permanent prezent și imprimă conduitei persoanei care le posedă o tendință irezistibilă către scop.

Întregul univers este redus la obiectul sau domeniul pasiunii

și dispariția acestuia provoacă un adevăr cataclism psihologic al personalității. Structurarea pasiunii se realizează printr-o focalizare a stărilor de motivație, cu desprinderea unui vârf dominant, care face ca restul realității să fie devalorizat și minimalizat. De aceea se spune că pasiunea „orbește”, îngustând considerabil registrul analizelor comparative și al alegerilor.

În domenii specifice de activitate, când pasiunea se îmbină cu aptitudinea, se naște vocația – identificarea cu scopurile și obiectivele urmărite. Motivația pe care o semnalizează pasiunea este organic integrată în structura activității, iar satisfacerea ei constă în însuși procesul desfășurării acelei activități.

• Dispozițiile integrate globale reprezintă acel fond afectiv bazal pe care se evaluează și se manifestă cotidian și situațional trăirile emoționale și actele comportamentale specifice. Ele reprezintă o sinteză a experienței de viață și a trăirii de sine (inclusiv prin semnalizarea stării fizice și viscerale) care se elaborează în ontogeneză și se impune ca un fel de constantă a firii sau a modului de a fi al personalității. Trebuie distinse astfel: dispoziția globală homeostatică, ce definește structural raportarea afectivă a omului la lumea externă și la sine însuși – optimistă sau pesimistă, încrezătoare sau neîncrezătoare, relaxată sau anxioasă – și dispozițiile de moment, induse situațional prin acțiunea conjugată a unor influențe conștientizabile sau nu (inconștiente sau subconștiente) și care pot distona cu cea dintâi. Astfel, pe fondul unei dispoziții homeostatice optimiste, pot apărea, trecător, stări dispoziționale pesimiste sau depresive și viceversa.

Dispoziția situațională își pune mai direct amprenta asupra activității curente decât cea homeostatică. Aceasta acționează însă în direcția realizării unei dispoziții situaționale consonante, făcând astfel ca frecvența dispozițiilor de semn opus să fie semnificativ mai redusă decât în cazul unei dispoziții homeostatice de același semn cu acestea.

Cu alte cuvinte, la o persoană cu dispoziție homeostatică

optimistă, frecvența dispozițiilor pesimiste este mai mică decât la una cu dispoziție homeostatică pesimistă și invers. Atât dispoziția de fond, homeostatică, cât și cele actuale, situaționale au o pondere deosebită în condiționarea conștiinței de sine și a relaționării cu cei din jur. Pe fondul unei bune dispoziții afective generale, lumea este percepută în culori mai favorabile, decât pe fondul uneia proaste. Se și spune, de altfel, că optimistul vede lucrurile în roz, în vreme ce pesimistul le vede în negru sau gri. De aici derivă și ceea ce se etichetează ca „pofță de viață” și „dezgust de viață”.

Dimensiunea relațională a afectivității

Ca formă particulară a vieții psihice, afectivitatea joacă un rol esențial în relaționarea omului cu lumea, cu ceilalți semenii. Ea este profund implicată în structurarea relațiilor interpersonale – simpatie-antipatie, atracție-respingere, agresivitate-toleranță, prietenie-ură, altruism-egoism, coparticipație-invidie – și în determinarea climatului psihosocial în grupuri și comunități – încredere-suspiciune, coeziune-tensiune, armonie-conflict. Nu există situație socială sau influență comunicațională care să nu fie filtrată și evaluată afectiv și care să nu genereze răspunsuri și stări afective. Astfel că, în funcție de natura, semnul și intensitatea trăirilor și stărilor emoțional-afective individul își determină poziția sa în situația dată sau în lume în general, el simțindu-se (și considerându-se) agreat, apreciat, integrat sau respins, persecutat, izolat, privit cu prietenie sau cu ură.

Relaționarea afectivă iese permanent în evidență și își pune amprenta pe relaționarea la celelalte niveluri – cognitiv, atitudinal, acțional. În virtutea prevalenței legii autoconservării și a celei a adaptării, printr-un mecanism de reglaj voluntar, autoimpus, în procesul relaționării afective devine posibilă și simularea: afișarea în comportament (motor sau verbal) a unor stări afective opuse celor interne reale: fac gesturi sau adresez o expresie de simpatie unei persoane pe care, în realitate, o antipatizez. Pe coordonata inversă – afișarea unor stări negative care să mascheze stările reale pozitive – simularea se manifestă mult mai rar.

În dinamica relaționării și autorelaționării afective, se delimitează o serie de secvențe, legate pe baza legii efectului final (echifinalității):

a) subiectul este locat interactiv în lume cu alții, angajat într-o practică interpretativă mondenă sau problematică;

b) se produce o interacțiune între el și obiectul social (incluzând o altă persoană);

c) o dată ce obiectul intră încâmpul fenomenologic al subiectului, el este definit (tratat) în termeni de trăire (autotrăire) ca: supărare, frică sau anticipație;

d) aceste trăiri anticipatorii sunt ratificate prin trăiri „fizice” și senzații la nivelul organismului ca entitate vie, care se condensează în ceea ce numim tensiune și anxietate;

e) subiectul își imaginează aparența sa și acțiunile sale în ochii partenerului său real sau imaginar;

f) interpretează judecăți ale unor parteneri și genul de trăire (autotrăire) care acompaniază aceste judecăți;

g) generează trăiri asociate la trăirile celuilalt față de subiectul dat;

h) această trăire este încorporată în interiorul trăirilor pe care subiectul le simte față de sine;

i) subiectul încearcă o trăire a autopercepției morale a Eu-lui și a percepției de către el a celorlalți (partenerul de relație),

j) realizarea unei autodefiniri sumare, incluzând o definiție emoțională a Eului altora și obiectul în jurul căruia a fost structurată acțiunea.

Potențialul pentru emoționalitate este întotdeauna prezent în Eu și în situația existențială a persoanei.

În concepția fenomenologiei, emoționalitatea ca stare manifestă este pregătită prin preemoționalitate existentă ca dispoziție latentă în persoană. După Heidegger (1927), de pildă, este imposibil să abordezi o situație independent de un fond apercptiv, de preinterpretări, de ante-înțelegere și ante-conceptualizare. Emoționalitatea izvorăște din situația hermeneutică a pre-înțelegerilor interpretate pre-emoțional și a dispozițiilor pre-emoționale de a acționa emoțional.

Emoționalitatea este o formă a acțiunii, a autoconservării și a interacțiunii care decurge din interjocul cognițiilor și „ideilor

emoționale” în câmpul de experiență al persoanelor. Ea este un dialog cu lumea, desfășurat pe și prin „idei emoționale”, acțiuni, cuvinte gesturi și semnificații. Asemenea oricărui dialog, ea se răsfrânge asupra Eului însuși, redefinește Eul, re-exprimă Eul și îi conferă noi sensuri și dimensiuni în mișcarea și evoluția lui. Pe scurt, emoționalitatea este un proces circular care începe și se termină cu tranzacții și acțiuni ale Eului în situația socială, interacționând cu Eul altora. Orice influență socială, pentru a se transforma într-un conținut intern sau într-o trăsătură stabilă a personalității, trebuie să fie percepută și integrată afectiv.

Structura procesului emoțional

Orice proces emoțional activ, care se desfășoară într-o situație sau alta, are un caracter integrat, de sistem. Aceasta se exprimă, pe de o parte, în faptul că el angajează personalitatea ca tot, iar pe de altă parte, în complexitatea structurii sau arhitecturii sale interne.

Emoția propriu-zisă, sentimentele actualizate (exprimate), pe lângă componenta trăirii, care este centrală, includ în structura lor și alte două verigi importante: modificările organice, vegetative și manifestările comportamentale. Caracteristicile și conținutul ultimelor două verigi vor fi condiționate de conținutul, semnul și intensitatea primei verigi – trăirea subiectivă internă. Astfel, trăirea proprie bucuriei determină o vasodilatație generalizată, în vreme ce trăirea proprie groazei determină o vasoconstricție generalizată (albirea sau îngălbenirea feței).

În tabloul modificărilor fiziologice bazale, studiile și investigațiile de laborator, au identificat: schimbări ale configurației EEG (reacție de „trezire” bioelectrică cu depresia ritmului alfa sincronizat); variații, oscilații în activitatea sistemului cardiocirculator (tahicardie sau bradicardie, accelerarea sau încetinirea pulsului); alterări ale ritmului respirator (accelerare în furie, încetinire în spaimă); variații în dinamica gastrointestinală, inhibare la frică, teamă, neplăcere, accelerare la surpriză, așteptare, veselie, schimbări în intensitatea și distribuția tonusului muscular (unele grupuri de mușchi intră în contracție prelungită, altele în repaus prelungit); modificarea rezistenței și conductibilității electrice a pielii (scade în emoția de teamă și frică, crește în emoția de siguranță de sine, de bună dispoziție); schimbări biochimice în compoziția sângelui (conținutul de adrenalină și zahăr, variații ale echilibrului acido-bazic; mânia,

frica, depresia sporesc nivelul colesterolului); modificarea fluxului salivar (scădere în frică sau mânie, creștere în plăcere și satisfacție).

Producerea acestor reacții vegetative are la bază interacțiunea celor două verigi ale sistemului nervos autonom – simpatică și parasimpatică – în care intervine și sistemul endocrin. Punctul de pornire în desfășurarea procesului emoțional îl reprezintă, de regulă, acțiunea unui stimul extern, înregistrată și evaluată la nivel cortical. Semnalele corticale despre semnificația afectogenă a stimulului sunt transmise sistemului limbic, implicit hipotalamusului. Sistemul limbic răspunde diferențiat la valoarea afectivă polară a stimulului, stimulând selectiv centrii simpatici sau parasimpatici. Activarea verigii simpatice stimulează glandele suprarenale, care secretă hormoni specifici – epinefrina, norepinefrina. Intrând în sânge, acestea exercită o acțiune lentă și continuă asupra organelor interne – inimă, plămâni, vase sanguine. Acțiunea hormonilor și a verigii simpatice a sistemului nervos autonom este sincronă, mergând în același sens.

Circuitul endocrin funcționează în paralel: neurotransmițătorii stimulează hipofiza, ai cărei hormoni intră în circuitul sanguin, contribuind la stabilirea semnului trăirii emoționale (plăcut-neplăcut).

Problema specificității pattern-urilor vegetative, corespunzătoare diferitelor forme de emoții, nu este pe deplin elucidată, datele experimentale obținute până în prezent fiind contradictorii. Cercetările mai vechi (1929) ale lui Cannon indicau nespecificitatea acestor pattern-uri; experimentele ulterioare (Ax.Eckeman) au evidențiat existența unei diferențieri după semnul emoției (pozitiv-negativ) și chiar în interiorul segmentului emoțional de același semn. Probabil că perfecționarea tehnicilor de înregistrare și analiză computerizată va putea aduce mai multă certitudine în această privință.

Tabloul manifestărilor comportamentale sub impulsul

emoțiilor este accesibil observației directe. El cuprinde o gamă întinsă de expresii și reacții motorii: gesturi, mișcări (ale corpului, capului și membrelor), expresii faciale motorii (zâmbet, râs, încruntare, tensiune, crispăre), tremurături, reacții verbale (interjecții, interogații, constatări, resemnări, îndemnuri).

Cele mai fin diferențiate sunt considerate reacțiile faciale, fizionomice. Se pare că asemenea reacții sunt mai specific legate de conținutul și semnul trăirilor emoționale fiind independente de influențele culturale (se manifestă la fel la persoanele aparținând unor culturi diferite). Cum mimica se află și sub un direct control voluntar se poate mima o stare de bucurie sau de tristețe, de frică sau de furie. Ca urmare, aceste expresii, prin condiționare socială, intră ca elemente de comunicare interpersonală. V.Pavelcu arată că „mimica și pantomimica devin limbaj, ca și cuvântul articulat; ca și acesta, ele se învață, luând forma socială a tiparelor și modelelor create de generații”. (1969)

Trăirea subiectivă internă este componenta centrală în structura procesului emoțional. Ea se impune ca un conținut specific al conștiinței, reflectând semnificația obiectului, valența pozitivă sau negativă a lui. Trăirea ca atare este unică și irepetabilă, relevarea ei fiind numai introspectiv, printr-un efort de transpunere: încercarea de a rezona nemijlocit cu persoana supusă experimentului obiectiv este o sarcină mult mai dificilă decât decodificarea unor conținuturi cognitive. Prin dimensiunea sa energetică, însă, orice trăire tinde spre exteriorizare, determinând dorința subiectului de a o împărtăși celor din jur.

Fiecare trăire se individualizează pe fondul experienței emoționale anterioare, iar semnificația pe care o poartă se diferențiază în interacțiune cu semnificațiile date în această experiență. De aceea, nu se poate vorbi de caracterul predominant și invariant al nici unei trăiri. Orice trăire trebuie privită din perspectiva genetică, evolutivă, relevându-se modificările de conținut, de intensitate și de semn. După cum

sublinia J. Piaget, „dacă experiența are un sens înseamnă că ea este solidară cu o istorie” (1970).

Pe lângă expresiile comportamentale acompaniatoare, comunicarea conținutului trăirii emoționale se realizează pe cale verbală. Această modalitate se dezvoltă și se impune ca dominantă în interrelaționarea umană o dată cu vârsta. Rămâne însă întotdeauna o anumită distanță între calitatea reală a trăirii și cuvântul ales pentru exprimarea ei. Cea mai adecvată codificare verbală a trăirilor emoționale o întâlnim în operele literare, scriitorul reușind să aleagă cel mai bine cuvintele potrivite pentru a desemna întinsa gamă de nuanțe ale unei stări emoționale.

Rolul afectivității în activitate

Așa cum arătam în paragraful introductiv, rolul afectivității în cadrul activității a constituit obiect de controversă nu numai între autori individuali, ci și între curente și școli (opoziția raționalism-sentimentalism). Chiar în prezent, se confruntă trei puncte de vedere: unul care atribuie afectivității un rol exclusiv perturbator, dezorganizator (N.L.Munn, 1946, F.Ruch, 1941, J.P.Sartre, 1965, B.von Haller Gilmer, 1973); altul care o consideră o variabilă pasivă, exterioară activității (R.S.Peters, 1969); cel de al treilea încearcă să realizeze un compromis, delimitând emoțiile stenice, cu rol adaptiv, organizator, și emoțiile astenice, cu rol perturbator, dezorganizator (P.Fraise, 1963, N.K.Denzin, 1984).

În fond, nici unul din cele trei puncte de vedere nu exprimă un adevăr care să fie acceptat fără rezerve. Problema trebuie abordată prin raportarea la structura și exigențele procesului specific de reglare. Mai întâi, se cuvine să punem întrebarea: când apare necesitatea reglării? și apoi, care sunt premisele informaționale ale declanșării ei? După cum se știe, procesul de reglare este răspunsul pe care sistemul îl dă la oscilațiile cu caracter entropic provocate de acțiunea factorilor externi sau interni. El este pregătit, actualizat și mediat de semnalele informaționale, a căror structură și semnificație depind de natura substanțial-calitativă și complexitatea sistemului.

În cazul reglării activității umane, în componența acestora intră în mod obligatoriu mesaje emoțional-afective. Ele îndeplinesc un rol triplu: a) de alarmare fiziologică; b) de selectare și clasificare adaptiv-pragmatică a influențelor externe; c) de informație inversă suplimentară în stabilirea sau restabilirea echilibrului optim al individului, cu mediul și cu sine însuși

(M.Golu, 1975, 1993). Efectul reglator nu va depinde de semnul trăirii, ci, în primul rând, de intensitatea și durata ei.

Semnul în sine este o dimensiune informațională, care exprimă o situație reală de concordanță sau discordanță dintre caracteristicile și semnificația situației externe și dinamica stărilor interne de necesitate (sarcinilor de reglare) ale personalității. Cum poate fi atunci etichetată ca perturbatoare o informație care orientează și centrează vigilența mecanismelor de comandă-control asupra oscilațiilor entropice, amenințătoare pentru echilibrul sistemului?

Criteriul după care se poate delimita în mod întemeiat funcția reglatoare a emoției de influența ei perturbatoare este de ordin energetic, nu informațional. Ca și în cazul altor procese psihice, în emoție, trecerea intensității trăirii dincolo și, respectiv, sub limitele fâșiei optime de siguranță a dinamicii sistemului personalității atrage după sine, de cele mai multe ori, efecte dezorganizatoare: fie blocarea acțiunii, fie alterarea desfășurării ei – viteză, precizie, ordine, coordonare etc.

Situația este similară, într-un fel, cu cea a percepției și gândirii: atât percepția, cât și gândirea sunt supuse destul de frecvent erorilor, care, evident, se răsfrâng negativ asupra eficienței activității. De aici, însă, nu se poate trage concluzia că cele două procese au o funcție specială de dezorganizare, anti-reglatoare. Bazal, funcția lor este reglatoare și dezvoltarea pe care au cunoscut-o în plan istoric și pe care o cunosc în ontogeneză este stimulată și susținută tocmai de valoarea lor antientropică.

Același lucru este valabil și pentru afectivitate: aceasta încă prin geneza sa este integrată în procesul de reglare, iar evoluția ei în filogeneză nu poate fi explicată decât ca un răspuns la creșterea importanței ei în acest proces. Funcția reglatoare a sistemului afectiv, atunci când ea se constituie și se consolidează în mod optim, se manifestă în trei momente principale ale

dinamicii activității: a) în momentul inițial, de orientare, pregătire și declanșare, prin : interacțiunea cu mecanismele de decizie în elaborarea scopurilor și în alegerea mijloacelor, în determinarea direcției și a indicatorilor energetici ai acțiunii; b) în momentul desfășurării și al execuției prin: evaluarea efectului adaptiv al operațiilor și al rezultatelor secvențiale și prin susținerea energetică a „mișcării” spre atingerea obiectivului final; c) în momentul final prin: acceptarea și integrarea rezultatului obținut sau prin respingerea lui și reorientarea subiectului spre o altă acțiune.

Fiecare din aceste momente se asociază și este condiționat de trăiri diferite, în funcție de conținutul și modul concret de derulare a lor. Dar aceste trăiri secvențiale se vor corela și integra într-un pattern unitar, ce se va impune ca atare în planul conștiinței. De altfel, se poate constata că, pe măsura dezvoltării și consolidării schemelor operatorii ale conștiinței, a capacității de planificare, predicție, anticipare, trăirile, care anterior erau înregistrate numai pe parcursul sau la sfârșitul acțiunii, sunt „refăcute”, „experimentate” încă înainte de declanșarea ei. Prin aceasta, se încheagă sinergia reglatoare optimă dintre sistemul afectiv și cel cognitiv, care conferă activității umane cea mai puternică forță antientropică.)

Agresivitate-toleranță

Structura sistemului afectiv al personalității se poate realiza la niveluri diferite de activare (de prag) pentru cele două segmente polare – pozitiv și negativ. De asemenea, întinderea celor două segmente poate fi diferită, ceea ce duce la formarea în plan individual a unor profiluri emoționale semnificativ deosebite.

Drept coordonate fundamentale de integrare a acestor profiluri, din punct de vedere relațional, interpersonal, se disting agresivitatea și toleranța.

Agresivitatea presupune integrarea emoțiilor de semn negativ (de discordanță sau de respingere a obiectului) într-un pattern de acțiune distructivă. În plan filogenetic, agresivitatea se constituie într-un montaj instinctual, care împinge la atac. Cel mai pregnant, ea se afirmă la animalele de pradă, pentru care atacul, agresiunea devin principalul mijloc de dobândire a condițiilor necesare existenței, în primul rând, a hranei. La acest nivel, agresivitatea se leagă de satisfacerea unor stări de necesitate reale, iar emoția inițială de furie, asociată comportamentului de atac, cedează locul stării de satisfacție, de plăcere, pe măsură ce obiectul agresiunii este luat în stăpânire. La om, sub influența normelor și îngrădirilor de ordin cultural, moral, agresivitatea este împinsă în plan secundar și exprimarea ei devine condiționată. Totuși, ca impuls primar, de natură instinctual-inconștientă, ea intră în sfera afectivă a oricărei persoane. Gradul de intensitate și pragurile ei de activare diferă însă, în limite foarte largi, de la un individ la altul. Se delimitează, astfel, tipul agresiv de personalitate, caracterizat prin atitudinea emoțională rejectivă, irascibilitate, tendința de a riposta la prezența și manifestările celorlalți cu duritate și prin încercarea

de a-și satisface interesele prin forță. Agresivitatea este o stare afectivă reactivă prin care se exarcerbează propriile interese și valoarea propriului Eu, asociindu-se cu egocentrismul, cu egoismul și cu convertirea influențelor sau acțiunilor celor din jur în amenințări la adresa propriei persoane. Ea este activată și susținută adesea de răutate și ură. (Acestea din urmă se pot menține și în stare pasivă, fără să ducă la incitarea unor comportamente agresive: pot urî pe cineva fără a trece la amenințări sau acțiuni de lezare morală sau fizică).

Agresivitatea nu se manifestă numai în plan acțional-comportamental, ci și verbal, limbaj oral, în acest caz, al persoanei agresive abundând în expresii amenințătoare, provocatoare, jignitoare.

Intensitatea agresivității și a trăirilor specifice se amplifică semnificativ în cadrul mulțimii, ca și bucuria, de altfel, grație fenomenului de contagiune și întărire reciprocă între membrii grupului.

În sfera intensității emoțiilor acționează legea sumăției: din intensități individuale inițial scăzute se ajunge la o emoție colectivă de intensitate sporită (ceea ce nu se întâmplă în cazul inteligenței, de pildă).

Pe lângă îngrădiri, societatea a creat cadre și modalități specifice de canalizare și manifestare controlată a agresivității. Cel mai obișnuit asemenea cadru îl constituie întrecerile sportive. În unele genuri de sport – lupte, box – agresivitatea atinge cote ridicate de exteriorizare, apropiindu-se de natura ei primară, instinctuală.

Fenomenele sociale cu caracter global în care agresivitatea se dezlanțuie destructiv sunt războaiele, revoluțiile și războaiele. În asemenea contexte, se produce o eliberare a instinctului din tiparele culturale curente și agresivitatea regresează spre formele ei animalice, individul decăzând din statutul de om în cel de bestie. Prezența în structura profundă a personalității, a instinctului

agresivității și posibilitatea acestuia de a răbufni la suprafață în mod intempestiv au determinat pe unii gânditori să legitimizeze expresia „omul-bestie” și să considere viața psihică a omului ca o permanentă confruntare între forțele răului și forțele binelui, forțele întunericului și cele ale luminii.

Opusă agresivității este coordonata toleranței. Toleranța rezultă tot dintr-o relaționare internă între cele două segmente polare ale afectivității, însă, în cazul său predomină întinderea segmentului de semn pozitiv. Acesta are drept efect în plan psihicomportamental o deschidere largă spre lume, cu o extindere corespunzătoare a fâșiei de acceptanță a influențelor și acțiunilor celor din jur. În plan comportamental, aceste influențe și acțiuni generează trăiri pozitive de securitate, de reciprocitate, de cooperare, de empatie.

Modalitățile caracteristice de satisfacere a propriilor stări de motivație vor fi preponderent pașnice – persuasiunea, negocierea, cooperarea etc. Montajele interne stabile prin care persoana se relaționează cu cei din jur vor fi întotdeauna de consonanță, de atenuare/reducere a tensiunilor și de creare a unei stări de echilibru.

Ca dispoziție afectivă inițial nativă, toleranța poate fi apoi puternic consolidată și optimizată sub acțiunea factorilor educaționali favorabili. Pe această cale, ea poate deveni o trăsătură generalizată a unui întreg sistem de relații interpersonale, a modului intern de organizare a întregii vieți sociale, cu efectele cele mai benefice pentru indivizi.

Trăsătura toleranței acționează în direcția reducerii și atenuării acelor sentimente de semn negativ mărunte și conflictogene, precum invidia, suspiciunea și ura, generatoare de tensiune, conflict și insecuritate socială.

Stresul, anxietatea și angosa

În dinamica sferei afective, se individualizează trei stări cu implicații majore pentru viața și activitatea curentă a persoanei umane. Acestea sunt stresul (componenta sa afectivă, anxietatea și angosa).

Noțiunea de stres a fost elaborată de către Hans Selye, în perioada 1936-1950.

În accepțiunea sa inițială, termenul desemna o stare de tensiune, de încordare. Selye i-a dat un conținut și un sens nou, exprimând prin el așa-numitul sindrom general de adaptare (General adaptation sindrom).

La început, acesta avea un conținut pur fiziologic – cuprinzând doar ansamblul reacțiilor vegetative și biochimice pe care tot organismul, ca tot, le manifestă la acțiunea unui agent stresor (fizic, mecanic, chimic). Ulterior, pe lângă stresul fiziologic, a fost recunoscut și stresul psihic și psihosocial.

Caracterul de sindrom de adaptare este dat de faptul că el conține o gamă variată și relativ întinsă de reacții și că precede orice comportament specific, finalist. După Selye, acest sindrom are o desfășurare fazică, în dinamica lui evidențiindu-se următoarele etape sau verigi:

a) reacția de alarmă, care duce la activarea generală a organismului;

b) reacția de rezistență, prin care organismul își mobilizează resursele energetice pentru a contracara efectele dezorganizatoare ale acțiunii stresorului;

c) faza de epuizare, în care se acumulează efecte entropice, care îndepărtează posibilitatea obținerii echilibrului. Cercetările ulterioare au arătat că, întrucât sindromul de adaptare se impune ca premisă obligatorie a pregătirii și incitării

răspunsurilor specifice, termenul de stres trebuie asociat cu două tipuri de efecte: pozitive sau adaptive și, în acest caz, avem de a face cu eustresul, și dezadaptive, dezorganizatoare, caz în care avem de a face cu distresul.

Stresul fiziologic se leagă, cu precădere, de acțiunea stimulilor care perturbă în mod direct homeostazia mediului intern sau funcționarea normală sau lezează integritatea fizică a unor țesuturi și organe – stimuli acustici (zgomotul de intensitate mare), termici (căldura sau frigul), mecanici (traumatisme, leziuni), modificări în chimismul sângelui sau al creierului, focare la nivelul viscerelor, amânarea peste anumite limite a satisfacerii trebuințelor biologice și fiziologice (alimentare, de evacuare, sexuale etc.) Efectul dezorganizator al acestor agenți și situații stresante se determină pe baza interacțiunii lor cu variabilele intermediare de filtrare, evaluare și control ale sistemului personalității. Ca urmare, la aceleași valori ale factorilor stresanți, diferiți indivizi vor realiza efecte dezorganizatoare de amplitudine diferită și trăirea lor ia intensități diferite.

Trăirea afectivă, manifestată în forme variate – încordări, tensiuni, disconfort, agitație, insatisfacție, furie etc. – reprezintă principalul indicator subiectiv al stării de stres.

Efectul negativ al unui episod particular de stres, dacă nu a fost rezolvat complet în urma intervenției mecanismelor de adaptare de tip eustres, se poate păstra în timp, sporind vulnerabilitatea echilibrului sistemului organismului la acțiunea ulterioară a factorilor stresanți. Tocmai sub acest aspect stresul dobândește o conotație negativă, care impune menținerea lui sub control.

Stresul psihic se delimitează (relativ) de cel fiziologic prin aceea că el se produce pe fondul interacțiunii Eului, a persoanei conștiente de sine și cu o anumită prețuire de sine, cu evenimente existențiale. O nemulțumire de sine, sentimentul unei neîmpliniri, o discrepanță între aspirație și realizare, o apreciere nedreaptă

la adresa competenței sau activității personale, un diferend sau conflict interpersonal, o neînțelegere în familie, pierderea unei ființe apropiate etc., toate acestea pot acționa ca stresori, determinând o anumită bulversare a echilibrului vieții interioare. Ca și în cazul stresului fiziologic, dacă acest efect nu este înlăturat prin mecanismele de apărare a Eului, atunci el se perpetuează și se cumulează în timp, transformându-se în „focar” generator de tulburări nevrotice.

Trăirile care însoțesc sau se dezvoltă pe fondul stresului psihic îmbracă forma unei suferințe existențiale sau morale (a unei insatisfacții de sine sau de lume, a unei neplăceri de a trăi, a unei disperări, a unei depresii).

Anxietatea este o stare afectivă generalizată, difuză, caracterizată prin trăiri – de tulburare, de insecuritate și teamă – pe care subiectul nu le poate explica și relaționa obiectual.

Spre deosebire de emoțiile obiectuale, anxietatea nu antrenează, de regulă modificări fiziologice. Ce stă la originea unei asemenea trăsături a structurii afective rămâne o chestiune încă neelucidată. Diferitele orientări doctrinare îi găsesc origini diferite. Astfel, pentru reprezentanții teoriei învățării, anxietatea este rezultatul perpetuării prin condiționare a reacției de teamă, fiind nemijlocit determinată de raportul subunitar dintre reușite și eșecuri; dimpotrivă, pentru psihanaliști, ea este un efect al frustrării repetate a pornirilor și tendințelor libidoului și al interdicțiilor impuse de Supraeu; anxietatea este socotită un semnal de alarmă adresat Eului – conștiinței de sine a personalității – singurul în măsură să întreprindă acțiuni de redresare sau să-și mobilizeze mecanisme specifice de apărare. Persoana anxioasă manifestă întotdeauna reținere și teamă în raport cu viitorul, cu activitățile pe care urmează să le efectueze sau cu situațiile cu care urmează să se confrunte.

Angoasa s-ar putea defini ca o agravare și intensificare a anxietății, ea caracterizându-se din punct de vedere psihologic,

printr-o neliniște dusă la extrem, printr-o frică irațională acutizată. În planul trăirii conștientizabile, ea se concretizează printr-o senzație apăsătoare de indispoziție profundă, legată de presimțirea unui pericol nedefinit dar iminent, în fața căruia rămâi total descoperit, dezarmat.

În majoritatea cazurilor, starea respectivă se asociază cu modificări neurovegetative manifestate prin șocurile emoționale: palpitații, transpirație, tremurături, înțețoșarea privirii, hiperpnee, agitație motorie etc.

Angoasa bulversează profund echilibrul personalității, ducând la o regresie atât în sfera gândirii, cât și a celei afective. Cauzele care o provoacă pot fi diferite: un conflict interior (de exemplu, atunci când ne reprimăm agresivitatea), o activitate sexuală nesatisfăcătoare sau o pierdere în dragoste (doliu, respingerea din partea persoanei iubite), un eșec profesional etc.; asemenea cauze determină reactivarea unui vechi sentiment de abandon datorat precedentelor experiențe dureroase (Sillamy, 1966).

În unele cazuri, angoasa este generată, nu de situația reală, ci de fantasmă, reprezentările imaginare ale unei situații conflictuale inconștiente.

Luată în sine, angoasa nu este un fenomen patologic, fiind legată, generic, de condiția umană, de raportul dintre întăririle pozitive și cele negative ale manifestărilor de conduită în copilărie ori de raportul dintre dorințe și împliniri la vârstele adulte. Observațiile lui R. Spitz au stabilit că prima angoasă veritabilă se poate manifesta încă din lunile a opta – a noua de viață, la apariția bruscă a unui străin în locul mamei așteptate de copil. O asemenea reacție de angoasă nu este cătuși de puțin anormală; ea trebuie interpretată ca semn al unui progres, ca o dovadă că sugarul a atins capacitatea de a distinge familiarul de străin și că viața afectivă evoluează normal.

La vârsta adultă, când apar momente cruciale de viață și

se impune o nouă adaptare, individul poate intra iarăși, temporar, în angoasă. Dacă el se dovedește incapabil să-și creeze condiții propice de adaptare, sentimentul de insecuritate va continua să persiste, ducând la nevroză sau la psihoză. Angoasa patologică, descrisă de nomenclatura medicală americană (DSM III, 1988), sub termenul de „tulburare, panică” este simptomul clinic cel mai frecvent întâlnit în practica psihiatrică.

Mecanismele emoțiilor

Identificarea mecanismului producerii emoției a fost o problemă dificilă, care a generat serioase dispute științifice. În varianta clasică, schema prin care se explica producerea emoției era una simplă, bazată pe bunul simț: stimulul (situația) › percepția stimulului › emoția › expresiile emoționale (mimică, modificări vegetative etc).

Între anii 1890-1893, W. James și C. Lange modifică ordinea secvențelor din această schemă și propune o formulă și, implicit, o teorie nouă, de tip periferist, a emoțiilor. În teoria James-Lange, succesiunea evenimentelor devine următoarea: acțiunea stimulului › percepția stimulului › expresiile emoționale › emoția (ca trăire subiectivă internă). Concluzia care se desprinde din acest model periferist este că expresiile (reacțiile) fiziologice periferice preced și, practic, determină apariția emoției. Au devenit, astfel, celebre afirmațiile celor doi autori: „sunt trist pentru că plâng”, „mi-e frică pentru că fug” etc.

În plan neurofiziologic, mecanismele producerii emoției ar include următoarele circuite:

1. circuitul aferent primar, de la receptor la scoarța cerebrală;
2. circuitul eferent, de la scoarța cerebrală către viscere și mușchi, determinând reacțiile fiziologice periferice;
3. circuitul aferent secundar (invers, de la viscere și mușchi către scoarța cerebrală, care duce la generarea emoției).

Cum emoția apare consecutiv reacțiilor și modificărilor fiziologice, ea este un epifenomen lipsit de importanță psihologică și adaptivă notabilă. Deosebirea dintre James și Lange constă doar în aceea că primul pune mai mare accent pe modificările viscerale, iar cel de-al doilea – pe modificările vasomotorii.

Reacțiile periferice se asociau cu reflexe de apropiere sau de evitare, elaborate pe baza experienței anterioare în raport cu semnificația situațiilor externe.

Teoria respectivă subliniază că modificările fiziologice corespunzătoare unei emoții apar după o experiență legată de situație, iar această experiență este conectată conceptual cu ceea ce apare ca emoție; faptul conectării este pur empiric și el poate fi explicat prin legile asociației.

Teoria James-Lange nu a rezistat verificării faptico-experimentale. Experimente efectuate pe animale au arătat că separarea creierului de viscere nu duce la suprimarea emoției; datele clinicii umane au demonstrat posibilitatea disocierii între trăirile emoționale și expresiile fiziologice, acestea putând să existe în anumite cazuri independent unele de altele; tot experimental s-a demonstrat că producerea artificială a unor reacții fiziologice viscerele sau musculare nu generează trăiri emoționale specifice.

Ceea ce se cuvine să reținem însă din modelul James-Lange este influența inversă posibilă, după principiul feed-back-ului pozitiv, a reacțiilor fiziologice periferice asupra intensității trăirii emoționale inițiale: plânsul intensifică emoția de durere, râsul amplifică emoția de veselie.

În 1927, W.B.Cannon supune unui examen critic sever teoria James-Lange și propune o teorie de tip centrist, pe care el a intitulat-o talamică, sub impactul cercetărilor pe care le efectuase asupra formațiunilor diencefalice.

La această teorie, va subscrie, ulterior, și P.Bard (1928). Cei doi autori au pornit de la constatarea că sistemul nervos autonom, dacă explică manifestările periferice ale emoției, nu furnizează nici un indiciu asupra mecanismului de integrare a lor în viața psihică. Singurul care poate explica acest fapt este sistemul nervos central. Pentru a demonstra o asemenea ipoteză, Bard a procedat la înlăturarea scoarței cerebrale la pisică.

Menținut în viață prin luarea unor precauții speciale, animalul decorticat a furnizat date mai mult decât relevante. La animalul experimental, era mai ușor să se declanșeze o reacție de furie decât la o pisică normală. În schimb, reacția de furie respectivă este de durată scurtă și nu antrenează efecte adaptive; din acest motiv, Bard a folosit termenul de „falsă furie”. Pe baza experimentului efectuat, el a conchis că scoarța cerebrală joacă un rol integrator în emoție și, totodată un rol inhibitor. Îndepărtarea scoarței și dispariția controlului ei au dus la amplificarea reacției emoționale, chiar și la cel mai slab stimul afectogen. Dar asemenea emoții, ușor exteriorizate, nu mai sunt integrate, de unde și dispariția comportamentelor adaptive ulterioare.

Experimental a fost continuat și completat, apoi, și cu întărirea talamusului. S-a observat același comportament ca și la pisica supusă doar decorticării. Dacă însă extirparea se extindea și asupra hipotalamusului, pisica înceta să manifeste orice fel de reacție emoțională, indiferent ce stimulări i se administrau (insensibilitate afectivă). Datele acestui experiment dovedesc că hipotalamusul este indispensabil în realizarea expresiei emoționale, în el aflându-se, probabil, schemele dinamice ale exteriorizării trăirilor. În stare normală, talamusul este inhibat de către cortex și schema dinamică nu se activează decât dacă stimulul este suficient de puternic. Concomitent cu menținerea sub control a talamusului, cortexul realizează și integrarea psihică a reacțiilor emoționale exteriorizate.

Acțiunea inhibitorie a cortexului asupra ansamblului expresiilor emoționale este un fapt bine stabilit. Cercetările recente au demonstrat însă că acest control este mai complex și că anumite zone au o acțiune diferită în raport cu anumite emoții specifice. Astfel, unele arii din lobii temporali integrează emoțiile de teamă, de pericol în raport cu anumite situații. Extirparea lor duce la abolirea acestor emoții.

De asemenea, la anumiți bolnavi de cancer cuprinși de dureri intense și continue, imposibil de atenuat cu ajutorul analgezicelor, precum morfina, dacă li se practică o topectomie frontală redusă sau li se secționează fibrele intracerebrale care leagă aceste zone de regiunea talamo-hipotalamică (lobotomie frontală), după intervenție, ei continuă să simtă durere, dar aceasta își pierde caracterul său intens emoțional. Bolnavul relatează că simte o durere, dar o interpretează ca un fapt obiectiv, fără ca veriga sa emoțională să fie integrată în viața sa psihică. Date de acest gen evidențiază rolul cortexului frontal în integrarea emoțiilor penibile.

O variantă larg cunoscută a teoriei centriste a realizat-o Papez și apoi McLean, în cadrul căreia accentul se pune pe conexiunile cortico-talamice: scoarța cerebrală este considerată esențială în realizarea laturii subiective a emoției, în timp ce hipotalamusul rămâne veriga principală în declanșarea (comanda) expresiilor emoționale. Între componenta subiectivă (trăirea emoțională) și reacțiile fiziologice periferice se admite o concomitență.

Cercetările asupra neurotransmițătorilor și neuromediatorilor, care au cunoscut o mare amploare în ultimele trei decenii, au impus ideea că în mecanismul emoțiilor un rol important îl au neurohormonii (Pribram, 1967, 1970; Scheff, 1979; M. Botez, 1996). Asemenea neurosecreții, precum norepinefrina, serotonina, histamina, dopamina, acidul α butiric (GABA) ș.a., modifică selectiv responsivitatea emoțională a formațiunilor cerebrale integrative – diencefalo-corticale.

Experimentele cu substanțe psihotrope au evidențiat rolul deosebit pe care îl are raportul dintre monoaminoxidoze (MAO) și inhibitorii lor (IMAO) în determinarea dispoziției și a tonusului afectiv.

Secreția de MAO nu are un nivel constant, ci fluctuează după un ciclu sezonier, fiind mai ridicată primăvara și vara și

mai scăzută toamna și iarna, imprimând un astfel de ritm și vieții afective.

Creșterea peste normal a secreției de MAO duce la o hiperactivitate și la o accentuare a tonusului afectiv, ceea ce, comportamental, se va concretiza prin logoree, fugă de idei, agitație motorie, euforie sau agresivitate, tendințe obscene (tablou clinic de tip maniacal). Reducerea nivelului de MAO determină instalarea unui tablou comportamental complet diferit de cel anterior: inactivitate, indiferentism, dispoziție depresivă, tristă, accese de plâns, monoideism sumbru, idei de suicid, tentative de suicid, sentimentul inutilității propriei persoane, pierderea sensului vieții. (Acesta este pattern-ul clinic al stărilor depresive sau melancoliforme)(Enochescu, 1996). În tratamentul celor două tipuri de dereglări, se vor administra medicamente diferite: inhibitori ai MAO, în primul tip, și substanțe (antidepresive), în cel de al doilea.

În ultima vreme, au devenit tot mai insistente tendințele de a depăși nivelul neurofiziologic și neurohormonal în explicarea mecanismului emoțiilor, reclamându-se necesitatea admiterii și a unor niveluri supraordonate – psihologic și psihosocial – mai adecvate pentru specificul vieții afective a omului. O astfel de orientare este cea cognitivă (M.Arnold, 1960; Schachter și Singer, 1962; Lazarus și Averill, 1972; Averill, 1980). Potrivit acestei teorii, veriga principală care o declanșează o emoție de o anumită modalitate (pozitivă sau negativă) și intensitate o constituie interpretarea semnificației stimulului și experimentarea activă de către subiect a situației afectogene; așadar, emoția începe cu cogniția și interpretarea. (Aici se poate obiecta, însă, că există destule situații în care factorul care declanșează emoția este incertitudinea, neidentificarea stimulului). Reprezentanții teoriei cognitiviste admit existența a trei sisteme care produc răspunsuri emoționale: răspunsurile emoționale pot servi ca stimuli care contribuie la o experiență emoțională; emoțiile sunt

constructe sociale forjate de procesele primare și secundare ale experienței integrate la nivelul creierului uman, care operează și la nivelul sistemului socio-cultural al individului; răspunsuri cognitive și instrumentale la situația afectogenă.

O altă teorie este cea interacționist-motivațională, dezvoltată de C.E.Izard (1977). Această teorie încorporează procesele fiziologice în sistemul personalității și le conferă o dimensiune psihologică. Ea susține că emoțiile interacționează unele cu altele, o emoție activând, amplificând sau atenuând pe alta. Se susține existența unui număr mic de „emoții primare pure”. Acestea au aproximativ aceleași expresii și calități experiențiale în cele mai diferite culturi pe glob, inclusiv la cele lipsite de un alfabet.

R.P.Boyle (1984) accentuează necesitatea de a aborda problema mecanismelor emoției prin raportarea la Eu (self) și la contextul socio-cultural-istoric, ideologic, la obiceiuri și ritualuri. Nu trebuie pierdut din vedere faptul că modul de a acționa al omului este determinat, în mare măsură, de dispozițiile, simțămintele și trăirile emoționale pe care le încarcă la momentul dat și pe care i le trezesc situațiile interacțiunilor sociale.

Societatea și legile sale se implică direct în organizarea și experimentarea vieții fenomenologice cotidiene, structurând și sancționând dispozițiile, emoțiile și experiențele emoționale trăite de indivizi. Rezultă de aici că în mecanismul proceselor emoțional-afective se include, în mod logic, necesar, veriga întăririi sociale. În același timp, emoțiile oamenilor se includ ca factor esențial al interacțiunilor și coeziunii interpersonale, intragrupale. Emoția (atașamentul) apare ca un adevărat cordon ombilical, care leagă pe individ de societate și care activează trăsătura sociabilității, prin care definim, de regulă, ființa umană.

R.Collins (1981), pornind de la Darwin, dezvoltă o teorie consecvent sociologică a emoției. Potrivit acestei teorii, emoțiile sunt generate de legăturile sociale bazale; ele sunt ritualistic

controlate și schimbate prin intermediul lanțurilor de interacțiuni și comportamente rituale, pe care membrii unei comunități le stabilesc în mod rutinier și sistematic. Prin diversificarea istorică a formelor de activitate, a conținuturilor și finalității acțiunilor și interacțiunilor sociale se trece de la viața afectivă primară, omogenă, la niveluri superioare, diferențiate, personalizate, individualizate pe structuri și pattern-uri emoționale. Dezvoltarea și organizarea stratificată (în plan evolutiv-istoric) a vieții sociale vor avea drept corespondent în plan psihologic individual o dezvoltare și organizare stratificată a sferei emoțional-afective.

Concluzia generală și de principiu care se poate desprinde din cele expuse mai sus este că afectivitatea umană, neputând fi redusă la răspunsurile emoționale primare legate de motivația biofiziologică, presupune constituirea unor mecanisme cu integrare ierarhică – neurofiziologică, psihologică (funcția integrativă a Eului) și socio-culturală (pattern-urile și etaloanele impuse de cultură).

Bibliografie

1. Adler, A. - *Cunoașterea omului*, Editura IRI, București, 1996
2. Cosmovici A. - *Psihologie generală*, Editura Polirom, Iași, 1996
3. Enăchescu, C. - *Tratat de igienă mintală*, Editura Didactică și pedagogică, București, 1996
4. Golu, M. , Dicu, A. - *Introducere în psihologie*, Editura Științifică, București, 1972
5. Ionescu, G. - *Tulburările personalității*, Editura Asklepios, București, 1997
6. Laundau E. - *Psihologia creativității*, Editura Didactică și pedagogică, București, 1979
7. Linton R. - *Fundamentul cultural al personalității*, Editura Științifică, București, 1968
8. Mărgineanu, N. - *Condiția umană*, Editura Științifică, București, 1973
9. Odobleja Șt. - *Psihologia consonantistă*, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1982
10. Piaget, J. - *Psihologia inteligenței*, Editura Științifică, București, 1965
11. Șchiopu, U. , Verza, E. - *Psihologia vârstelor*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1993
12. Zlate, M. - *Psihologia mecanismelor cognitive*, Editura Polirom, Iași, 1999.

Cuprins

Cuvânt înainte	5
Aspecte teoretice și metodologice generale	6
Spre o definiție a afectivității	9
Caracteristicile emoțiilor	13
Clasificarea proceselor și stărilor afective	17
Dimensiunea relațională a afectivității	25
Structura procesului emoțional	28
Rolul afectivității în activitate	32
Agresivitate-toleranță	35
Stresul, anxietatea și angosta	38
Mecanismele emoțiilor	43
Bibliografie	50

TIPARUL EXECUTAT DE



TEL: 0740105930, 0765324012

e-mail: ircoscript@yahoo.com

B.C.U. „M. EMINESCU” IAȘI

BCU IAS/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

2045/06

304933

ISBN (10) 973-8917-52-2

ISBN (13) 978-973-8917-52-1